

# Le Journal des Résidences et du Domicile



Les Aigueillères  
La Cyprière  
La Martégale  
L'Ensoleillade  
Nouvéo

N°92  
SEPTEMBRE 2018



● **ACTUALITÉS**  
De Nouvéo : Nouvelle  
agence à Palavas  
Des Résidences : Festivités  
de septembre  
p.4-5

● **PAROLE AUX RÉSIDENTS**  
p.6-9

● **VIVRE SENIOR**  
Thérapies non médicamenteuses  
p.10

● **ZOOM SUR**  
Audit EMAS  
p.13



# Nos Résidences en images



## Le journal des Résidences

### Chères lectrices, chers lecteurs,

**T**oute l'équipe espère que vous avez apprécié l'édition spéciale de l'été, dans laquelle vous avez pu profiter d'un peu plus de lecture. Victoire à la Coupe du Monde, canicule, fêtes estivales... l'été fut chargé en émotions !

Septembre, la rentrée ! Des journées et des nuits plus fraîches qui annonce l'arrivée de l'automne. Comme une impression que tout rentre dans l'ordre ! Le moment idéal pour vous annoncer que votre magazine change, et vos résidences aussi : souhaitons la bienvenue aux résidents de l'Ensoleillade, nouvelle résidence située à Lattes, qui intègre le Groupe. Dans cet élan positif, vos résidences ne manqueront pas de vous proposer des activités variées et de saison, tant sur le plan culturel que sportif.

### Bonne lecture à toutes et à tous

## Sommaire

Retrouvez votre journal et les actualités de votre Résidence sur votre site internet : [www.maison-retraite-montpellier.com](http://www.maison-retraite-montpellier.com)

### Actualités

- De Nouvéo
- Des résidences

p.4-5

### Jeux

- Jeux
- Résultats du mois précédent

p.11-12

### Parole aux Résidents

- Résidence Les Aigueillères
- Résidence La Cyprière
- Résidence La Martégale
- Résidence L'Ensoleillade

p.6-9

### Zoom sur

- Audit EMAS

p.13

### Tour d'horizon

p.14

### Vivre sénior

- Les thérapies non médicamenteuses des troubles du comportement

p.10

### Contacts

p.15-16



## Nouvelle Agence à Palavas

**Afin d'être au plus proche de vous,  
Nouvéo ouvre une agence à Palavas.**

Pour rappel, toutes les interventions de Nouvéo sont construites autour d'un engagement central : **répondre à vos attentes tout en assurant une qualité d'intervention irréprochable.**

Les deux agences renforcent la présence de Nouvéo sur le territoire et permettent d'être plus près de vous. Cette proximité constitue la garantie d'un accompagnement attentif et personnalisé.

# nouvéo

Services à la personne



**Horaires d'ouverture**

du lundi au vendredi

9h00 - 12h00

14h00 - 18h00

Astreinte 24h/24

Tél : 04 67 85 04 95 - [www.nouveo-services.com](http://www.nouveo-services.com)

- **Agence Juvignac**

18 chemin de la plaine -  
04 99 77 29 14

- **Agence Palavas**

1 avenue de l'Abbé Brocardi -  
04 67 85 04 95



## Festivités de septembre

### *Les Aigueillères*

- Votre résidence vous invite à participer aux **Olympiades Inter EHPAD** le 18 septembre. Rendez-vous à Saint-Gély-du-Fesc !

### *La Cyprière*

- Le 11 septembre, votre résidence est ravie de recevoir **un groupe de clowns**, qui viendront vous rendre visite directement dans votre chambre.
- **La Compagnie du Grillon** viendra conter les célèbres fables de La Fontaine le 17 septembre. Un spectacle musical et interactif que vous apprécierez par son aspect très convivial !
- Votre résidence vous invite au goûter **d'anniversaire du mois**, le 27 septembre. Nous fêtons les 100 ans de Mme Joulia, en présence de la troupe Ysadis : un show musical d'exception vous attend !

### *La Martégale*

- Le 1er septembre, les associations de Pérols se réunissent au complexe sportif de la Tour. Venez les rencontrer !
- Votre ville vous convie à un concert le 2 septembre à la Maison des Arts. En duo, trio ou quatuor, **les musiciens de l'Orchestre et de l'Opéra** de Montpellier vous réservent un programme de musique d'exception.

### *L'Ensoleillade*

- Votre résidence organise un atelier sensoriel autour des senteurs de la Garrigue le 21 septembre.
- Le 25 septembre, une exposition de photos de Montpellier vous sera proposée, suivie d'une discussion.

## La Cyprière

### « Un départ émouvant »

**D**urant 23 ans, Nicole André, une de nos infirmières à la Cyprière, a su honorer les valeurs du Groupe E4.

**T**oujours disponible, à l'écoute des résidents et de ses collègues, elle nous laisse un grand vide.

**E**lle a promis de passer nous voir de temps en temps pour que son départ à la retraite se fasse tranquillement... Et que nous puissions, nous aussi, nous y habituer.

#### Mme Carabalona

« Elle avait de très grandes qualités ».

#### Mme Compas

« Je l'aimais beaucoup, elle était toujours prévenante, à chaque demande elle nous rendait service, s'il y avait des malades elle ne comptait pas son temps de travail ».

#### Mme Mascizewski

« Elle m'a soutenue dans des moments durs ! Elle était très compétente, quand on avait besoin de faire quelque chose, on pouvait compter sur elle ».

#### Mr Campanini

« Infirmière impeccable, gentille, elle apportait beaucoup, elle faisait bien son travail ».

## Les Aigueillères

### « Les Olympiades ... à la rentrée »

**U**n e rentrée rythmée attend les résidents ! En effet, la résidence participe aux Olympiades inter EHPAD qui auront lieu le 18 septembre à l'espace Georges Brassens de Saint Gély du Fesc.

**T**ricot, chamboule tout, boule, criquet, course à l'œuf, tir au but et jeux d'adresse sont au programme. Pour les moins sportifs... Quizz pour se remuer les méninges !!

**À** la clé de nombreux lots et une superbe coupe ! Alors « Tous derrière les Résidents des Aigueillères ! » pour ces beaux moments de partage, de rencontres et d'échanges.

#### Madame B.Y

*« En général, je participe quand je peux... oui, oui... je veux bien participer ».*

#### Madame V.O

*« Ça me fait plaisir de participer et de rencontrer d'autres personnes et de supporter l'équipe ».*

#### Monsieur B.M

*« Je ne peux pas faire du tir au but mais je pourrai venir supporter l'équipe ».*

#### Madame J.R

*« Allez pourquoi pas ! ».*

## La Martégale

### Sortie Plage à la paillote « Le Carré Mer »

**Mme Andrillat**

« On se croirait au paradis, c'est magnifique ! ».

**Mme Lépine**

« C'est beau cette vue avec les oiseaux qui volent au-dessus de la mer ».

**Mme Fabrègue**

« On s'amuse comme des folles, ça fait plaisir ! ».

**Mme Morineau**

« Que c'est agréable de se balader en bord de mer, et ça fait du bien ! ».

C'est la rentrée en ce mois de septembre. Comme l'été passe vite... Nous avons quand même profité de cette belle saison en allant à la plage, dans une paillote à Villeneuve-lès-Maguelone, « Le Carré Mer ». Nous avons apprécié la plage en se baladant au bord de l'eau et sur le sable chaud, et dans la paillote avec une très belle ambiance, un décor magnifique et un bon verre de jus de fruit. Que c'était agréable ! En charmante compagnie des membres du personnel de la Martégale, tout le monde affichait un sourire radieux. Quelle belle journée ensoleillée, le soleil dans le ciel et dans le cœur, un moment magique pour les résidents de la Martégale.

## Ensoleillade

### Les anniversaires

**A** l'occasion des anniversaires du mois, nous organisons un après midi festif avec des artistes extérieurs (chanteurs, musiciens...).

**C'**est l'occasion pour chacun des résidents de pouvoir oublier le temps qui passe et les douleurs quotidiennes.

**Le**s cuisines confectionnent un beau gâteau et les bougies illuminent les coeurs...



#### Mme P

*« moi, qui suis une vraie pile électrique, cela m'a apaisé , et j'ai très faim maintenant »*

*Suite à un atelier de gym douce et de relaxation.*

#### Mr G

*« C'était comme un bain dans les sons »*

*Très serein suite à l'écoute de morceaux de musique classique.*

#### Mme B

*« Quand je colorie , je suis dans mon monde et j'oublie le temps qui passe »*

*Suite à un atelier de coloriage de mandalas tibétins .*



## Partie 1 :

# Les thérapies non médicamenteuses des troubles du comportement

Les thérapies non médicamenteuses sont efficaces pour diminuer la fréquence et l'intensité des troubles du comportement. Elles permettent d'améliorer la qualité de vie et le bien-être de tous.

### BÉNÉFICES POUR LES PATIENTS

- Maintien des capacités cognitives, de l'autonomie
- Maintien de la communication et des liens sociaux
- Diminution et prévention des troubles du comportement
- Réduction des traitements psychotropes et des contentions
- Journée du patient structurée

### BÉNÉFICES POUR LES SOIGNANTS

- Change le regard envers le résident
- Insuffle de nouvelles idées
- Évite l'usure
- Journée du patient structurée

Le Plan Alzheimer 2008-2012 a permis la création d'outils spécifiques pour développer les thérapies non médicamenteuses. Le Plan maladies neurodégénératives 2014-2019 a ensuite permis d'augmenter le nombre de ces outils.

Dans ces démarches non médicamenteuses, il est important de former les aidants et les professionnels aux techniques de « savoir être et savoir-faire » face aux réactions des patients.

La Méthode Montessori adaptée en EHPAD est souvent utilisée. L'objectif est de remettre le patient au centre des interventions des soignants, quelques soient ses déficits.

Créer des routines aura pour vocation de rassurer les résidents, en utilisant toujours la même procédure pour créer un automatisme. Cela permettra au résident d'être moins fatigable et d'être plus disponible pour d'autres tâches cognitives en parallèle.



## Mots croisés

A B C D E F G H I J

1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Michel Labeaume, Grille 1605

### Horizontal .....

1. Du Sud.
2. De la tribu de Lévi / Gars.
3. Poète latin / Débarbouillette.
4. Est en tête / Arbre en caoutchouc
5. Brevet / poids.
6. C'est à dire / Pas brillante / Mépris.
7. Alourdi / Masqué parfois.
8. Rassemblé / Heurta.
9. Malaise de la droite / Mesure maritime.
10. Turc.

### Vertical .....

- A. Commune vosgienne délicieusement glacée.
- B. Lino.
- C. Moutons / Sentir.
- D. Pas plein / Dessin Japonais.
- E. Saison / Le père de «Mon oncle».
- F. Négation / Presse / Mort de chipie.
- G. Administre / Jeu de cartes.
- H. Plante du Mexique / Vapeur.
- I. Satellite / Destin irrévocable.
- J. Coupure.



## Énigmes

Dans sa salle on perd ses pas.  
 Sur ses panneaux on cherche sa voie.  
 On peut y avoir de nombreuses rames.  
 Et c'est aussi un cri d'alarme.

**Qui est-elle ?**

Cadeau qu'on fait à un félin.  
 Qui dans la poche parfois n'est point.  
 Souvent tirée par les petits.  
 La mauvaise vous calomnie.

**Qui est-elle ?**

On peut la perdre ou la voiler.  
 La sauver ou encore la cacher.  
 D'une médaille c'est un coté.  
 Il y en a six sur un dé.

**Qui est-elle ?**

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	M	E	R	C	A	N	T	I	L	E
2	A	N	E	E		A	E	R	A	S
3	R	E	N	D	S		R	A	I	S
4	J	E	T	E	E	S		I	D	A
5	O		E	R	N	E	E		S	R
6	L	A		A	S	I	L	E		T
7	A	I	S		A	N	I	M	E	E
8	I	L	E	S		S	E	O	I	R
9	N	E	R	F	S		R	U	L	A
10	E	S	T	R	A	P	A	D	E	S

Tony Darbas. Petite grille 9

Mots croisés

?!

Énigmes

Énigme 1 : l'orbite

Énigme 2 : la carotte

Énigme 3 : la pelotte



## Audit EMAS

Le système EMAS propose six indicateurs de base couvrant les domaines suivants : l'efficacité énergétique, la production de déchets, l'utilisation rationnelle des matières, la biodiversité, la consommation d'eau, les émissions atmosphériques.

l'établissement pour s'assurer que les exigences du Règlement EMAS soient respectées au sein de la résidence. Par ailleurs, quelques salariés ont été interrogés par rapport à notre engagement. L'audit fut un succès et le certificat EMAS a été renouvelé pour la 4ème année consécutive. Merci à tous pour votre implication !

Les auditeurs ont également validé la nouvelle déclaration environnementale qui sera publiée sur le site internet des maisons de retraite : <http://maison-retraite-montpellier.com/developpement-durable/>

Les 9 et 10 juillet 2018, les résidences du Groupe E4 ont passé l'audit EMAS (Eco-Management Audit Scheme) sur le Développement Durable.

Les deux auditeurs étaient présents sur les résidences du Groupe E4 pendant une journée et demi. Lors de l'audit, chaque auditeur a fait un tour de



## PAS DE RETRAITE POUR MAMIE FITNESS !



**À** 83 ans, Raymonde est devenue la mascotte d'une salle de sport. Cette ancienne professeure de gymnastique belge s'est reconvertie en coach fitness : une seconde vie professionnelle qui lui va bien ! Ses rendez-vous sportifs sont devenus cultes, à tel point que ses séances affichent souvent complet. Avec ses 12h de cours

par semaine, Raymonde ravit tous les sportifs curieux et motivés : cardio, abdos, fessiers, pas de répit pour les élèves ! Amatrice de sensations fortes, la super mamie belge n'est pas prête de ranger ses baskets. Quand on lui parle de retraite, elle répond spontanément : « quand mes élèves en auront marre ! »

**Édition :**  
Groupe E4

**Rédaction :**  
Groupe E4 - DP News

**Adresse :**  
Groupe E4  
18 chemin de la Plaine  
34990 Juvignac

*Ce journal est imprimé dans le respect de l'environnement*





**nouveo**  
Services à la personne

## AIDE À LA PERSONNE

### **Métropole de Montpellier**

18, chemin de la Plaine  
34990 Juvignac

### **Sète - Bassin de Thau**

Sise 6, Quai de la république  
34200 Sète

### **Palavas-les-Flots**

1 avenue de l'Abbé Brocardi  
34250 Palavas-les-Flots

Tél. 04 99 77 29 14

[contact@nouveo-services.com](mailto:contact@nouveo-services.com)

**Notre site internet :**

[www.nouveo-services.com](http://www.nouveo-services.com)

**nouveo**

Services à la personne

## HOME SERVICES

### **Métropole de Montpellier**

18, chemin de la Plaine  
34990 Juvignac

### **Sète - Bassin de Thau**

Sise 6, Quai de la république  
34200 Sète

Tél. 04 99 77 29 14

[contact@nouveo-services.com](mailto:contact@nouveo-services.com)

**Notre site internet :**

[www.nouveo-homeservices.com](http://www.nouveo-homeservices.com)



# Contacts

## Les Aigueillères

Résidence

Maison de retraite Médicalisée

192, chemin des Aigueillères

34980 **Montferrier-sur-Lez**

Tél. 04 67 55 16 50

Fax 04 67 55 16 59

[aigueilleres@maison-retraite-montpellier.com](mailto:aigueilleres@maison-retraite-montpellier.com)



## La Cyprière

Résidence

Maison de retraite Médicalisée

14, chemin de la Plaine

34990 **Juvignac**

Tél. 04 67 10 41 50

Fax 04 67 10 41 59

[cypriere@maison-retraite-montpellier.com](mailto:cypriere@maison-retraite-montpellier.com)

## La Martégale

Résidence

Maison de retraite Médicalisée

129, allée Jacques Brel

34470 **Pérols**

Tél. 04 99 53 22 70

Fax 04 99 53 22 79

[martegale@maison-retraite-montpellier.com](mailto:martegale@maison-retraite-montpellier.com)



## L'Ensoleillade

Résidence

Maison de retraite Médicalisée

Avenue de l'Agau

34970 **Lattes**

Tél. 04 67 64 00 64

Fax 04 67 22 23 15

[ensoleillade@maison-retraite-montpellier.com](mailto:ensoleillade@maison-retraite-montpellier.com)



- Animatrice : **Olivia.**
- Psychologue : **Céline.**
- Ergothérapeute : **Cyrielle.**
- Psychomotricienne : **Natacha.**

## Rendez-vous :

→ Samedi 1<sup>er</sup> septembre  
**Forum des asso - Edition 2018**  
 De 9h00 à 14h00  
 Complexe sportif de la Tour

**Marché hebdomadaire**  
 De 8h00 à 13h00  
 Coeur de ville  
 Place Georges Brassens

→ Dimanche 2 septembre  
**Quatuor musical**  
 À 18h00  
 Maison des Arts.

- Présence de**
- l'ergothérapeute
  - la psychologue
  - la psychomotricienne

**Guillaume Benes :**  
*Neuropsychologue - Atelier de stimulation cérébrale.*

**Vincent Granel :**  
*Enseignant APA (Activité Physique Adaptée) - Gymnastique douce.*

**Sophie Bihan :**  
*Professeur de gymnastique - Gymnastique douce & Relaxation.*

**Laurane Tores :**  
*Atelier de zoothérapie.*

Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7	Samedi 1	Dimanche 2
10h30 Zoothérapie avec Lauranne 15h00 Atelier ludique avec Denise en salle de restaurant	15h00 Atelier Relaxation en salle d'animation 16h30 Loto en salle de restaurant	16h30 Film en salle d'animation 1er étage	14h30 Visite à la médiathèque de Pérols 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	15h00 Atelier ludique en salle de restaurant 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	10h00 Sortie marché 15h00 Chorale en salle de restaurant 16h30 Loto en salle de restaurant	10h30 Messe télévisée au salon (Hall) 16h30 Film en salle d'animation 1er étage
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Samedi 8	Dimanche 9
10h30 Zoothérapie avec Lauranne 15h00 Atelier ludique avec Denise en salle de restaurant	15h00 Atelier relaxation en salle d'animation 16h30 Loto en salle de restaurant	16h30 Film en salle d'animation 1er étage	14h30 Visite à la médiathèque de Pérols 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	15h00 Atelier ludique en salle de restaurant 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	10h00 Sortie au marché 15h00 Chorale en salle de restaurant 16h30 Loto en salle de restaurant	10h30 Messe télévisée au salon (Hall) 16h30 Film en salle d'animation 1er étage
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21	Samedi 15	Dimanche 16
10h30 Zoothérapie avec Lauranne 15h00 Atelier ludique avec Denise en salle de restaurant	15h00 Atelier relaxation en salle d'animation 16h30 Loto en salle de restaurant	16h30 Film en salle d'animation 1er étage	14h30 Visite à la médiathèque de Pérols 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	15h00 Atelier ludique en salle de restaurant 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	10h00 Sortie au marché 15h00 Chorale en salle de restaurant 16h30 Loto en salle de restaurant	10h30 Messe télévisée au salon (Hall) 16h30 Film en salle d'animation 1er étage
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28	Samedi 22	Dimanche 23
10h30 Zoothérapie avec Lauranne 15h00 Atelier ludique avec Denise en salle de restaurant	15h00 Atelier relaxation en salle d'animation 16h30 Loto en salle de restaurant	16h30 Film en salle d'animation 1er étage	14h30 Visite à la médiathèque de Pérols 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	15h00 Atelier ludique en salle de restaurant 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	10h00 Sortie au marché 15h00 Chorale en salle de restaurant 16h30 Loto en salle de restaurant	AUTOMNE  10h30 Messe télévisée au salon (Hall) 16h30 Film en salle d'animation 1er étage
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28	Samedi 29	Dimanche 30
10h30 Zoothérapie avec Lauranne 15h00 Atelier ludique avec Denise en salle de restaurant	15h00 Atelier relaxation en salle d'animation 16h30 Loto en salle de restaurant	16h30 Film en salle d'animation 1er étage	14h30 Visite à la médiathèque de Pérols 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	15h00 Atelier ludique en salle de restaurant 16h30 Atelier ludique en salle de restaurant	10h00 Sortie au marché 15h00 Chorale en salle de restaurant 16h30 Loto en salle de restaurant	10h30 Messe télévisée au salon (Hall) 16h30 Film en salle d'animation 1er étage

Les résidents à la paillote « Le carré Mer » à Villeneuve-lès-Maguelone



Les résidents à la paillote « Le carré Mer » à Villeneuve-lès-Maguelone



Mme Berthon ravie d'être à la plage



### Nous souhaitons un joyeux anniversaire à :

- M. LA-ROSA Vito, le 1<sup>er</sup> septembre
- M. ALEMAN Albert, le 2 septembre
- Mesdames ALEMAN Jeanne et BESSIERE Léontine, le 4 septembre
- Mme PIRON Huguette, le 11 septembre
- Mme GIRARDEY Micheline, le 15 septembre
- Mme SALABERT Jeanne, le 17 septembre
- Mme LEPINE Lucienne, le 18 septembre
- Mme LECLERC Jacqueline, le 20 septembre
- M. NICOLAI Jean-Baptiste, le 23 septembre

M. et Mme Aleman



Mme Vandermysbrugge radieuse



## Condoléances

Nous adressons nos condoléances à la famille et aux personnes proches de Monsieur CARDAIRE Emile

### Vos représentants du conseil de la vie sociale

#### REPRÉSENTANTS DES RÉSIDENTS

- M. Hatton
- Mme Tomas



La date de la commission des menus vous sera communiquée par voie d'affichage.

#### REPRÉSENTANTS DES FAMILLES

- M. Herve
- Mme Rambier

#### REPRÉSENTANTES DU PERSONNEL

- Mme Mequignon
- Mme Bastide